

# Кубок мира в Бразилии

## Внимание — уровень 1, практически обычные меры предосторожности

Опубликовано: 11 марта 2014 г.

*Если не указано иного, перечисленные на этой странице интернет-адреса доступны только на английском языке.*



Кубок мира Международной федерации футбольной ассоциации (FIFA) — это футбольный турнир, проводимый раз в 4 года, в котором соревнуются команды со всего мира. Проведение Кубка мира 2014 года запланировано с 12 июня по 13 июля 2014 г., и он будет проходить в двенадцати городах по всей Бразилии.

Если вы планируете поездку в Бразилию на Кубок мира FIFA 2014 г., следуйте следующие рекомендациям, которые помогут вам оставаться в безопасности и быть здоровыми.

## Что могут сделать туристы, чтобы защитить себя?

### Перед поездкой:

- Ознакомьтесь с медицинской информацией центра по контролю и профилактике заболеваний для отправляющихся в Бразилию туристов на сайте: [wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/traveler/none/brazil](http://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/traveler/none/brazil).

- Запишитесь на прием у врача по крайней мере за 4-6 недель перед тем, как Вы отправитесь в поездку. Поговорите со своим врачом или медсестрой о вакцинах и лекарственных средствах, рекомендованных для поездки в Бразилию.
  - Центр по контролю и профилактике заболеваний рекомендует всем туристам следовать программе профилактической вакцинации, включая вакцины корь-паротит-краснуха (КПК), дифтерия-столбняк-коклюш, против ветряной оспы (ветрянки), полиомиелита и гриппа.
  - Другие рекомендованные вакцины могут включать вакцины против гепатита А, брюшного тифа, гепатита В, желтой лихорадки и бешенства.
  - Могут быть рекомендованы лекарственные средства против малярии и диареи путешественников.
  - Для помощи в поиске клиники медицины путешествий, расположенной недалеко от Вас, см. веб-страницу «Найти клинику» ([wwwnc.cdc.gov/travel/page/find-clinic](http://wwwnc.cdc.gov/travel/page/find-clinic)). Кроме этого, у Международного общества медицины путешествий имеется каталог адресов клиник медицины путешествий по всему миру на сайте: [www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced](http://www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced).
- Подумайте о приобретении на время путешествия полиса страхования здоровья и эвакуации по медицинским показаниям.
- Соберите аптечку для путешествия ([wwwnc.cdc.gov/travel/page/pack-smart](http://wwwnc.cdc.gov/travel/page/pack-smart)).
- Следите за предупреждениями по передвижению и предупреждениями об опасности, а также читайте полезные советы путешественнику на сайте Госдепартамента США (<http://travel.state.gov/content/passports/english/alertswarnings.html>).
- Зарегистрируйтесь в интеллектуальной программе зачисления путешественников (для граждан США) на сайте: <http://travel.state.gov/content/passports/english/go/step.html>.
- Оставьте кому-нибудь дома копию плана Вашего путешествия, Вашу контактную информацию, копии Ваших кредитных карт и паспорта.

### **Во время своего путешествия:**

- **Следуйте инструкциям по охране и безопасности.** Во время крупных спортивных мероприятий туристы из США могут быть мишенями для преступников.
  - Если это возможно, не путешествуйте ночью, избегайте сомнительных мест и путешествуйте с компаньоном.
  - Если Вы употребляете алкоголь, пейте его в умеренных количествах. Люди в состоянии опьянения могут чаще нанести вред себе или другим людям, вступить в рискованные половые связи или попасть под арест.

- Носите с собой копию паспорта со штампом о въезде; оставляйте оригинал паспорта в безопасном месте в своем отеле.
  - Носите с собой контактную информацию ближайшего посольства или консульства США в Бразилии: ([http://travel.state.gov/content/passports/english/country/brazil.html#more\\_embassies](http://travel.state.gov/content/passports/english/country/brazil.html#more_embassies)), а так же номера телефонов местных служб неотложной помощи: 190 (полиция), 192 (скорая помощь) и 193 (пожарная). Заметьте, что номера телефонов местных служб неотложной помощи доступны только на португальском языке.
  - Следуйте всем местным законам и социальным обычаям.
  - Не носите дорогую одежду или украшения.
  - Дверь в отеле всегда держите запертой и храните ценные вещи в безопасных местах.
  - Если это возможно, выбирайте гостиничные номера, расположенные со 2-го по 6-ой этаж. Номер на 1 этаже отеля может предоставить преступникам более легкий доступ. Из номеров на 7 этаже и выше, возможно, сложно выбраться в случае пожара.
- **Следуйте инструкциям по безопасности при приеме пищи и воды:** Прием зараженной пищи и употребление загрязненной воды или напитков может вызывать заболевания, такие как гепатит А, брюшной тиф и диарея путешественников.
- Употребляйте мясо, рыбу, яйца и овощи, которые полностью готовы и подаются горячими.
  - Употребляйте только те фрукты, которые Вы сами вымыли в чистой воде или очистили от кожуры.
  - Избегайте употребления непастеризованного молока и молочных продуктов.
  - Избегайте употребления сырых овощей (например, салатов и сальсы).
  - Избегайте употребления продуктов питания, которые продают уличные торговцы.
  - Пейте напитки, расфасованные в бутылки и запечатанные (вода, газированные напитки, спортивные напитки) или кипяченые (горячий кофе и чай).
  - Избегайте употребления напитков на розлив и напитков со льдом.
- **Предотвращайте укусы комаров и используйте средство от насекомых:** Болезни, распространяемые комарами, такие, как малярия, лихорадка денге и желтая лихорадка, широко распространены по всей Бразилии.
- Закрывайте кожу, нося рубашки с длинными рукавами, длинные брюки и шляпы.
  - На открытых участках кожи используйте средство от насекомых.

- o Рассмотрите возможность использования одежды и инвентаря, обработанных перметрином (например, сапоги, брюки, носки и палатки). Вы можете купить предварительно обработанную одежду и инвентарь или обработать их самим.
- o Находитесь и спите в экранированных или кондиционированных номерах, либо используйте надкроватную сетку, если место, где Вы спите имеет сообщение с улицей.
- o Вам также может понадобиться принять рецептурное лекарственное средство для защиты от малярии или пройти вакцинацию против желтой лихорадки. Поговорите со своим врачом или медсестрой о профилактических мерах, которые подходят для Вас. (См. приведенную ниже таблицу.)

## Информация о желтой лихорадке и малярии для Бразилии

### Вакцинация против желтой лихорадки

**Требования:** Отсутствуют

#### **Рекомендации:**

- Рекомендуется для всех туристов в возрасте  $\geq 9$  месяцев, которые направляются в следующие места: все штаты Акре (Acre), Амапа (Amapá), федеральный округ Амазонас (Amazonas) (включая столицу Бразилиа [Brasília]), Гояс (Goiás), Мараньян (Maranhão), Мату-Гросу (Mato Grosso), Мату-Гросу-ду-Сул (Mato Grosso do Sul), Минас-Жерайс (Minas Gerais), Пара (Pará), Рондония (Rondônia), Порайма (Roraima), Токантинс (Tocantins) и определенные территории следующих штатов: Баия (Bahia), Парана (Paraná), Пиауи (Piauí), Риу-Гранде-ду-Сул (Rio Grande do Sul), Санта-Катарина (Santa Catarina) и Сан-Паулу (São Paulo) (штат). Вакцинация также рекомендуется для туристов, посещающих водопады Игуасу (Iguassu). Обратите внимание, что в 2011 году Министерство здравоохранения Бразилии расширило список муниципалитетов, для которых рекомендуется вакцинация против желтой лихорадки, на 4 юго-восточных штата, такие, как Сан-Паулу (São Paulo), Парана (Paraná), Санта-Катарина (Santa Catarina) и Рио-Гранде-ду-Сул (Rio Grande do Sul).
- Не рекомендуется для туристов, чьи маршруты ограничиваются территориями, не указанными выше, включая города Форталеза (Fortaleza), Ресифи (Recife), Рио-де-Жанейро (Rio de Janeiro), Сальвадор (Salvador) и Сан-Паулу (São Paulo).
- См. карту 3-17 на сайте: [wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2014/chapter-3-infectious-diseases-related-to-travel/yellow-fever#4274](http://wwwnc.cdc.gov/travel/yellowbook/2014/chapter-3-infectious-diseases-related-to-travel/yellow-fever#4274).
- Дополнительная информация касательно вакцинации по муниципальным округам и штатам изложена в рекомендациях Министерства здравоохранения Бразилии на сайте: [wwwnc.cdc.gov/travel/pdf/yellow-fever-vaccine-recs-brazil-2014.pdf](http://wwwnc.cdc.gov/travel/pdf/yellow-fever-vaccine-recs-brazil-2014.pdf).

### Малярия

**Территории с малярией:** Штаты Акре (Acre), Амапа (Amapá), Амазонас (Amazonas), Мату-Гросу (Mato Grosso), Мараньян (Maranhão), Пара (Para), Рондония (Rondonia), Порайма (Roraima) и Токантинс (Tocantins). Также встречается в городских районах, в том числе в таких городах, как Белем (Belem), Боа-Виста (Boa Vista), Макапа (Macapa), Манаус (Manaus), Мараба (Maraba), Порту-Велью (Porto Velho) и Сантарем (Santarem). Не распространяется на территорию водопадов Игуасу (Iguassu).

**Предполагаемый относительный риск заболевания малярией для туристов из США:** Низкий.

**Резистентность к лекарственному препарату:** Хлорохин (применяется при малярии, вызванной *P. falciparum*).

**Виды малярии:** *P. vivax* 85 %, *P. falciparum* 15 %.

**Рекомендуемая химиопрофилактика:** Атоваквон-прогуанил, доксициклин или мефлохин.

• **Следуйте рекомендациям для территорий с жарким климатом:** Во время спортивных мероприятий широко распространены обезвоживание и связанные с жарой заболевания.

- Пейте много (бутилированной!) воды.
- Не перегревайтесь, нося свободную, легкую, светлую одежду и оставаясь в тени.
- Носите шляпу, солнцезащитные очки и пользуйтесь солнцезащитным кремом (с фактором защиты от солнца SPF равным по крайней мере 15 и с УФА и УФВ защитой).

• **Избегайте купания в пресноводных водоемах — озерах и реках.** Шистосомоз представляет собой паразитарную инфекцию, которая может распространяться в пресной воде, что может привести к серьезным проблемам со здоровьем.

• **Снизьте риск заболеваний, передающихся половым путем (ЗППП):** Во время празднований люди могут поощрять туристов к вступлению в рискованные половые связи, особенно при употреблении алкоголя или наркотиков. При совершении полового акта каждый раз пользуйтесь презервативом. Носите с собой презервативы, которые Вы приобрели от надежного источника.

• **Выбирайте безопасное транспортное обслуживание: *Автокатастрофы являются убийцей № 1 здоровых жителей США в зарубежных странах.*** Чтобы свести к минимуму риск получения травмы при аварии, выполняйте следующие шаги:

- Всегда пристегивайтесь ремнями безопасности и размещайте детей в автокреслах.
- По возможности, избегайте езды в автомобиле в ночное время.
- Не ездите на мотоциклах. Если Вам необходимо ехать на мотоцикле, одевайте шлем.
- Прежде чем сесть за руль, выучите местные правила дорожного движения.
- Не употребляйте алкогольных напитков во время езды.
- Езьте только в такси с маркировкой, которые имеют ремни безопасности.
- Избегайте переполненных, перегруженных или неустойчивых автобусов или автофургонов.
- Будьте внимательны, переходя улицу.

• **Уменьшите воздействие на себя патогенных микроорганизмов:** Часто мойте руки и избегайте контактов с больными людьми. Чтобы избежать возникновения заболевания или распространения заболевания другим людям во время путешествия, следуйте этим советам:

- Часто мойте руки, особенно перед едой.

- Если в наличии не имеется мыла и воды, очистите руки дезинфицирующим средством для рук (содержащим по меньшей мере 60%-ый спирт).
- Не притрагивайтесь руками к глазам, носу или рту. Если Вам необходимо коснуться лица, убедитесь, что Ваши руки чисты.
- Во время кашля или чиханий прикрывайте рот и нос бумажной салфеткой или рукавом (но не руками).
- Старайтесь избегать контакта с больными людьми.
- Если Вы заболели, оставайтесь дома или в Вашем гостиничном номере только в случае, если Вы не нуждаетесь в медицинской помощи.

**• Если Вы заболели во время поездки —**

- Если Вы серьезно больны, особенно если у Вас повышенная температура, поговорите с врачом или медсестрой.
- Пока Вы больны, избегайте контакта с другими людьми.
- Перечисленные ниже источники информации содержат списки врачей и клиник, которые могут предоставлять помощь туристам:
  - Объединенная международная комиссия ([www.jointcommissioninternational.org](http://www.jointcommissioninternational.org)). Веб-сайт доступен на нескольких языках; выберите язык в левом верхнем углу страницы.
  - У Международного общества медицины путешествий имеется каталог адресов клиник медицины путешествий по всему миру на сайте: [www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced](http://www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced)
  - Международная ассоциация медицинской помощи путешественникам ([www.iamat.org](http://www.iamat.org)). Требуется членство, но оно является бесплатным.

**После Вашей поездки:**

- Если Вы себя плохо чувствуете после поездки, возможно, Вам необходимо обратиться к врачу. Обязательно сообщите своему врачу о Вашей поездке, в том числе, куда Вы ездили и что Вы делали во время поездки. Также сообщите врачу, если Вас во время поездки укусило или поцарапало животное.
- Если Вам необходима помощь в поиске специалиста в области медицины путешествий, см. веб-страницу «Найти клинику» ([wwwnc.cdc.gov/travel/page/find-clinic](http://wwwnc.cdc.gov/travel/page/find-clinic)). Кроме этого, у Международного общества медицины путешествий имеется каталог адресов клиник медицины путешествий по всему миру на сайте: [www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced](http://www.istm.org/WebForms/SearchClinics/Default.aspx?SearchType=Advanced).

- Если Ваш врач для Вашей поездки прописал противомалярийные лекарственные средства, продолжайте прием оставшихся таблеток после возвращения домой. Если Вы прекратите принимать лекарства слишком рано, Вы все еще можете заболеть.
- **Малярия всегда является серьезным заболеванием и может быть смертельно опасной.** Если во время поездки в местность с риском заболевания малярией или после возвращения домой (на срок до 1 года) Вы заболели с повышением температуры тела, Вам следует **немедленно** обратиться к врачу и необходимо рассказать врачу о событиях, произошедших во время путешествия.